

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ № 4
 Ф.И.О. Кропачева Е.В.
 (подпись
 печать)

Завтрак														
Меню на 19.11.2024 г.														
1- 4 классы														
5-11 классы														
№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб
1	71	Овощи свежие огурцы	60	8,46	0,42	0,06	1,14	9,46	100	14,1	0,7	0,1	1,89	15,68
2	259	Жаркое по-домашнему	175	312,61	17,01	15,68	25,86	37,01	200	357,05	19,4	17,92	29,54	57,53
3	376	Фруктовый чай	200	60,46	0,6	0,4	10,4	6,44	200	60,46	0,6	0,4	10,4	6,44
4	ПР	Хлеб пшеничный	25	58,6	1,69	0,22	12,54	1,7	40	93,76	2,7	0,34	20,06	2,71
5	ПР	Хлеб ржаной	25	51,2	1,66	0,3	10,46	1,61	40	81,92	2,66	0,48	16,73	2,58
7	ПР	Кисломолочный продукт(в индивид.пром.упаковке)	150	75,15	3,45	3,68	4,72	37	180	90,18	4,14	4,42	5,66	22,78
		Итого	635	566,48	24,83	20,34	65,12	93,22	760	697,47	30,2	23,66	84,28	107,72

Обед														
1- 4 классы														
5-11 классы														
№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб
1	98	Суп крестьянский с крупой	250	74,56	1,48	4,92	6,09	6,49	250	74,56	1,48	4,92	6,09	6,62
2	227	Рыба припущенная	110	155,95	19,28	8,36	0,9	41,31	110	155,95	19,28	8,36	0,9	57,09
3	312	Картофельное пюре	150	205,86	3,07	4,8	20,44	13,56	180	247,03	3,68	5,76	24,53	18,52
4	349	Компот из сухофруктов	200	106	0,66	0,09	32,01	7,48	200	106	0,66	0,09	32,01	7,48
5	ПР	Хлеб пшеничный	40	93,76	2,7	0,34	20,06	2,71	70	164,08	4,73	0,6	35,11	4,75
6	ПР	Хлеб ржаной	40	81,92	2,66	0,48	16,74	2,58	45	92,16	2,99	0,54	18,83	2,9
7	71	Овощи свежие огурцы	60	8,46	0,42	0,06	1,14	9,46	100	14,1	0,7	0,1	1,89	15,75
		Итого	850	726,51	30,27	19,05	97,38	83,59	955	853,88	33,52	20,37	119,36	113,11

Полдник														
1- 4 классы														
5-11 классы														
№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб
1		Кисломолочный продукт	180	90,18	12,15	1,55	90,27	34,78	200	100,2	13,5	1,72	100,3	39,07
2	287	Запеканка рисовая со свежими плодами	150	194,25	5,02	4,57	33,52	13,39	200	259	6,69	6,09	44,69	18,42
3		Хлеб пшеничный	25	58,6	1,69	0,22	12,54	1,7	35	82,04	2,36	0,3	17,55	2,37
		Итого	355	343,03	18,86	6,34	136,33	49,87	435	441,24	22,55	8,11	162,54	59,86

Начальник производства _____ Морозова Е.С.